

This Page Is Inserted by IFW Operations  
and is not a part of the Official Record

## **BEST AVAILABLE IMAGES**

Defective images within this document are accurate representations of the original documents submitted by the applicant.

Defects in the images may include (but are not limited to):

- BLACK BORDERS
- TEXT CUT OFF AT TOP, BOTTOM OR SIDES
- FADED TEXT
- ILLEGIBLE TEXT
- SKEWED/SLANTED IMAGES
- COLORED PHOTOS
- BLACK OR VERY BLACK AND WHITE DARK PHOTOS
- GRAY SCALE DOCUMENTS

**IMAGES ARE BEST AVAILABLE COPY.**

**As rescanning documents *will not* correct images,  
please do not report the images to the  
Image Problems Mailbox.**

**THIS PAGE BLANK (USPTO)**

Documents **DE 9 303 541** disclosed a training device for hand hold or fist hold, used in karate sport. This training devices comprises two coupled plates including an upper plate rotating relatively to a lower plate, said higher plate being provided with a soft coating.

**THIS PAGE BLANK (USPTO)**



12

## Gebrauchsmuster

U 1

- (11) Rollennummer G 93 03 541.1
- (51) Hauptklasse A63B 23/14  
Nebenklasse(n) A63B 23/00
- (22) Anmeldetag 11.03.93
- (47) Eintragungstag 15.07.93
- (43) Bekanntmachung  
im Patentblatt 26.08.93
- (30) Pri 13.01.93 DE 93 00 324.2
- (54) Bezeichnung des Gegenstandes  
Trainingsgerät für Liegestützen
- (71) Name und Wohnsitz des Inhabers  
Müller, Klaus, 8233 Anger, DE  
LBE Interesse an Lizenzvergabe unverbindlich erklärt

Klaus Müller  
 Schulstr. 3  
 8233 Aufham  
 (08656) 876

## 6 Beschreibung

Titel:

(1) Trainingsgerät für Liegestützen

(2)

1. Für Kraft- und Techniktraining.

2. Bei Liegestützen werden die Hände oder Fäuste auf dem Boden aufgestützt.

3. Das Problem liegt darin, daß bei herkömmlichen Liegestützen die Fäuste nicht während des Bewegungsablaufes gedreht werden können.

4. Deswegen benötigt man mein Trainingsgerät. Hier wird jede Faust auf ein Trainingsgerät nach Schutzanspruch 1 aufgelegt. Es besteht aus zwei unabhängigen oder miteinander verbundenen Teilen, so daß die Fäuste im gewünschten Abstand voneinander auf das Trainingsgerät aufgesetzt werden können.

Befindet sich der Oberkörper in der unteren Liegestützposition, zeigen die Knöchel nach außen (vom Körper weg). Während der Oberkörper nach oben gedrückt wird, können dank meiner Erfindung die Fäuste gedreht werden, so daß die Knöchel nach vorne zeigen (Fäuste werden nach innen gedreht).

5. Dieses Trainingsgerät ist besonders für Karatesportler und alle Leute interessant, die ähnliche Kampfsportarten betreiben. Denn beim geraden Karate-Fauststoß nach vorne, wird die Faust kurz vor dem Auftreffen gedreht. Diese Drehung verleiht dem Stoß die Schnelligkeit, Kraft und Härte. Bisher wurde als Krafttraining die Liegestütze mit den Fäusten auf dem Boden gemacht. Dabei konnte aber der wichtige Faktor, das Drehen der Faust, nicht trainiert werden.

Klaus Müller  
Schulstr. 3  
8233 Aufham  
(08656) 876

**Schutzansprüche**

**Trainingsgerät für Liegestützen**

dadurch gekennzeichnet,

1. daß zwei Platten oder ähnliches drehbar miteinander verbunden sind.
2. Trainingsgerät für Liegestützen nach Schutzanspruch 1,
  - dessen obere Platte eine weiche Auflage besitzt.